

Утверждаю

И.о. заведующего
МДОУ №4 "Буратино"
/Зими́на О.А./

МЕНЮ
27 сентября 2023 г.

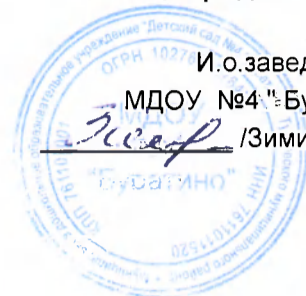
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	38	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	4.2	5.2	18.4	136	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	160	4	4	12.2	102	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2	5.2	15.2	115	0
Итого			340	10.2	14.4	45.8	353	0
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
Итого			200	1	0.2	23	92	4
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	2.4	3.2	17.4	84	8
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	2.1	3.2	32.2	145	0
2008	375	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8.9	6.9	5	132	6.6
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0.5	2.6	2.7	37	3.3
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0.1	0.1	10	42	1.2
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.6	0.4	19	82	0
Итого			550	16.6	16.4	86.3	522	19.1
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.3	0.1	8.2	39	29.6
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2.1	3.1	17.6	107	8.8
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	9.3	4.5	11.4	121	0.5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		6.4	26	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1.9	0.8	14.9	73	0
Итого			495	13.7	8.5	58.5	366	38.9
Всего				41.5	39.5	213.6	1333	62

Диетсестра Г Громова Е.А.

Повар Я Яковлева Е.Н.

Утверждаю



И.о.заведующего

МДОУ №4 "Буратино"

/Зими́на О.А./

МЕНЮ
27 сентября 2023 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	38	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	5.2	6.5	23.9	172	0
2008	189	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1.9	5.3	19.1	126	0
2010	100	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4.6	4.6	14.9	120	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40	0
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2.4	6.3	18.2	138	0
Итого			395	12.2	17.4	57	430	0
II Завтрак								
2008	К/К	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	23	92	4
Итого			200	1	0.2	23	92	4
Обед								
2008	91	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	2.1	4.5	17.4	106	8
2010	8	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (аллергики)	180	4.7	6.3	12.9	126	5.4
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3	4.5	20.7	143	0
2008	375	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70	10.3	7.7	6	153	7.8
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0.5	3.2	3.5	45	4.1
2010	90	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	13.1	55	1.4
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.3	0.5	23.8	103	0
Итого			660	19.3	20.5	84.5	605	21.3
Уплотненный полдник								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.3	0.1	11.4	54	40
2010	77	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2.5	3.7	20.7	126	10.4
2010	51	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	11.1	5.3	13.4	141	0.6
2008	141	РАГУ ОВОЩНОЕ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	160	8.7	12.3	14.7	207	15.5
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.2	0.1	15	60	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.3	0.9	17.7	87	0
Итого			590	16.4	10.1	78.2	468	51
Всего				48.9	48.2	242.7	1595	76.3

Диетсестра _____

Громова Е.А.

Повар _____

Яковлева Е.Н.